УДК 615.8:378.147

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ У ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІЙ НАУЦІ ТА ПРАКТИЦІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ

В. В. КРУПА

Останнім часом у медицині все більше стверджується реабілітаційний напрям, стрижнем якого є етапне, відновне комплексне лікування захворювань і ушкоджень. На думку М. Мухіна, фізична реабілітація поліпшує якість лікування, запобігає можливим ускладненням при різних захворюваннях і травмах, прискорює відновлення функцій органів і систем, тренує і загартовує організм, повертає працездатність, зменшує ймовірність інвалідності. У випадках інвалідності фізична терапія допомагає хворому розвинути навички самообслуговування, професійно перекваліфікуватися, виробити постійні компенсації при незворотних змінах, пристосуватися до життя у нових умовах, що створилися внаслідок хвороби або травми. Перепоною до широкого застосування фізичної терапії, ерготерапії є відсутність фахівців, яких тільки почали готувати вищі навчальні заклади міністерства охорони здоров я.

Як вважає С. Сичов, реформування вищої освіти та входження України в європейський освітній і науковий простір зумовлені зростанням вимог до професіоналізму випускників вищих навчальних закладів в умовах ринкової конкуренції. Орієнтація на розвиток студента як особистості, індивідуальності й активного суб'єкта професійної діяльності може бути реалізованою лише на гуманістично-демократичному підґрунті педагогічної діяльності у вищих навчальних закладах. Така організація професійної підготовки майбутніх фахівців усе більше набуває характеру діалогу, співпраці, співтворчості, в яких переважає взаємозацікавлений обмін особистісними цінностями й досвідом викладача і студента. Це відкриває ширші можливості студенту підготувати себе до успішної самореалізації, яка буде визначатися як його фаховою обізнаністю, так і психічним та фізичним благополуччям, ставленням до власного здоров'я та здоров'я інших.

Тому важливою складовою підготовки студентської молоді до майбутньої професійної діяльності є формування у неї соціальної активності в гармонії з фізичним розвитком на засадах пріоритету здоров'я та визнання цінностей фізичної культури. Прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури розглядається як один із перспективних напрямів модернізації фізичного виховання у вищих навчальних закладах [4, с. 3].

Складність вирішення перспективних завдань, особливості соціально-економічного життя зумовили зміни в специфіці та змісті трудової діяльності особистості. Трудова діяльність стає дедалі більше пов'язаною з підвищенням інтенсивності інформаційних процесів, а це вимагає від людини високого рівня інтелектуальної напруги. У зв'язку з цим виникають проблеми інтелектуальної, психоемоційної та рухової готовності особистості до вирішення завдань, що постійно ускладнюються. Водночас актуалізується також проблема раціональності рухових дій, тобто особистість може мати високий рівень розвитку рухових здібностей (сили, витривалості, швидкості, спритності) і не мати достатнього інтелекту для того, щоб розумно і раціонально розпоряджатися ними без зайвих енерговитрат. З іншого боку, високий рівень інтелектуальних здібностей за низького рівня фізичної підготовленості також не гарантує успіхів у сучасній трудовій діяльності [3, с. 1]

У контексті зазначеного необхідним є удосконалення навчально-виховного процесу на заняттях з фізичного виховання, основ фізичної терапії та ерготерапії, забезпечення зростання рівня особистісних досягнень тих хто навчається, уміння використовувати набуті знання і навички в практичній повсякденній діяльності.

На думку О. Скавронського поза увагою науковців залишилася проблема індивідуалізації фізичної підготовки учнів щодо врахування зумовлених їхніми соматотипами особливостей вияву, зміни і взаємозв'язків показників фізичного стану на різних етапах навчання. Зазначена проблема є важливою, оскільки чисельні дослідження засвідчують існування таких розбіжностей, а отже, необхідність їх урахування в процесі фізичної підготовки. Крім цього в науковій літературі відсутня інформація про оптимальні параметри, кількість занять та розподіл у навчальному році фізичних вправ певної спрямованості для різних соматотипів, що не сприяє успішному розв'язанню завдань фізичного виховання та належній готовності до вступу у ВНЗ.

Серед найважливіших завдань сьогодення є здійснення системи заходів зі збільшення тривалості життя і періоду трудової активності людей, зміцненню та відновлення здоров'я всього населення. В охороні здоров'я та фізкультурному русі нашої країни чільне місце посідає профілактична спрямованість, яка передбачає впровадження різних форм і методів фізичної терапії та ерготерапії у повсякденне життя на основі обґрунтованих рекомендацій з питань раціонального режиму праці і відпочинку, харчування, оптимальної рухової активності [1, с. 3].

© В. В. КРУПА

Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна», № (1) 15

Різноманітні аспекти підготовки майбутніх фахівців фізичної терапії представили у своїх працях науковці: А. Дембо, В. Еліфанов, В. Мурза, В. Мухін, І. Патрушева, В. Правосудов та ін.

Метою статті є визначення сутності та змісту формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії.

Сучасний технічний прогрес з використанням засобів автоматизації виробництва, обчислювальної техніки, програмуючих пристроїв, промислових роботів, урбанізація, зміна навколишнього середовища, обмеження зв'язків людини з живою природою, прогресуюче зростання суспільного і особистого транспорту, широке використання побутової техніки значно знизили енергетичні витрати організму на виробництві і в побуті. Одночасно внаслідок застосування високопродуктивних технічних засобів, прискорення циклу виробничих процесів, розвитку засобів комунікації зростає нервово-психічна напруга організму.

У цих умовах для запобігання шкідливій дії зовнішнього середовища на організм людини більшого значення набуває розвиток масової фізичної культури і спорту. Фізичне тренування широко використовується для підтримки хорошого стану здоров'я, підвищення фізичної і розумової працездатності, профілактики і відновного лікування ряду поширених в даний час захворювань, травм, оперативного лікування. Відомо, що недолік фізичної активності є одним з важливих чинників ризику розвитку серцево-судинних захворювань, гіпертонічної хвороби, ішемічної хвороби серця, інфаркту міокарду й ін.

Заняття в групах здоров'я відвідують люди різного віку, з різною фізичною підготовкою і станом здоров'я, що покладає особливу відповідальність на фахівців, тренерів і методистів, які проводять заняття в цих групах.

За статистичними даними, в останні десятиліття середня тривалість життя в економічно розвинених країнах помітно збільшилася.

За період існування Української держави відбулися зрушення в найважливіших показниках суспільного здоров'я: загальна смертність населення збільшилась майже в 2 рази, дитяча смертність – в 2 рази, середня тривалість життя зменшилась більш ніж в 1,5 рази. Особливу заклопотаність лікарів, соціологів і економістів викликає збільшення частоти серцево-судинних захворювань, що прогресує з 80-х років, прийняло характер епідемії. У США від захворювань органів кровообігу щорічно вмирає близько 1 млн. чоловік (50% всіх випадків смерті), з них близько 600 тис. – від інфаркту міокарду. Це приводить до економічних втрат більше 70 млрд. доларів в рік. Високий ступінь захворюваності серцево-судинної системи спостерігається і в інших індустріально розвинених країнах.

Боротьба з серцево-судинними захворюваннями вже тривалий час є головною проблемою охорони здоров'я. Не дивлячись на зусилля вдосконалення методів діагностики, розробка і застосування нових лікарських засобів, частота серцево-судинних захворювань і смертність від них до останнього часу мають тенденцію до збільшення.

У 90-х роках минулого століття за ініціативою Всесвітньої організації охорони здоров'я проводилися одночасні комплексні дослідження в різних країнах за єдиною програмою. Мета цих досліджень – виявлення поширеності основних захворювань серцево-судинної системи і визначення чинників, їх розвитку. В результаті було встановлено, що розповсюдження серцево-судинних захворювань, порушень обміну речовин, хвороб органів опорно-рухового апарату, порушення регуляторної функції центральної і вегетативної нервової системи в значній мірі залежать від рівня індустріального розвитку країни. У економічно розвинених країнах захворюваність в кілька разів вище, чим в країнах з недостатньо розвиненою промисловістю. Звертає на себе увагу і той факт, що зростання захворюваності ішемічною хворобою серця, гіпертонічною хворобою спостерігається не тільки у осіб середнього і старшого віку, але і у молодих. Це дало підставу припустити, що, крім природних вікових змін обміну речовин, структури тканин серця і судин, сприяючих розвитку атеросклерозу і його ускладнень (ішемічної хвороби серця, інфаркту міокарду, інсульту, порушень периферичного кровообігу), існують й інші причини зростання захворюваності.

В результаті досліджень, проведених в наший країні Всесоюзним науковим кардіологічним центром АМН з метою розробки комплексної програми профілактики ішемічної хвороби серця і гіпертонічної хвороби, а також досліджень у ряді зарубіжних країн, були встановлені основні причини збільшення частоти захворювань системи кровообігу і порушень обміну речовин. До них відносяться все більше обмеження м'язової активності (гіпокінезія), нераціональне за складом і надмірне за калорійністю харчування, куріння, зловживання алкогольними напоями, надмірна емоційна напруга в результаті нераціонального режиму праці та способу життя.

У людей, що систематично виконують інтенсивну фізичну роботу, активно займаються фізкультурою або спортом, патологічні відхилення в організмі виникають значно рідше, ніж у осіб, фізично не активних, зайнятих переважно легкою фізичною або інтелектуальною працею (J. Morris, M. Crawford, 1968).

Тому необхідною умовою підтримки здоров'я і високої працездатності є регулярне фізичне тренування.

Оскільки адаптація організму – комплексне поняття, що включає розвиток пристосованих реакцій в різних органах і системах, в даний час при оцінці стану здоров'я людей враховують не тільки розвиток

фізичних можливостей – здатність виконувати інтенсивну фізичну роботу, але і прояви адаптації організму до навантажень на різних функціональних рівнях. Для цього в умовах спокою і при фізичних навантаженнях різного типу і інтенсивності визначають функціональний стан систем кровообігу, дихання, обмін речовин.

Формування професійної компетентності майбутніх фахівців відбувається в навчальному закладі, де взаємовідношення середовища і розвитку особи розуміється як багатообразний, суперечливий за характером взаємозв'язок індивіда з тим, що його оточує. Отже, формування професійної компетентності майбутніх фахівців обумовлене розвитком соціального, освітнього і педагогічних середовищ, а також особливостями проектування навчально-виховного середовища, професійного навчання.

Технологічно організоване навчання передбачає, перш за все, орієнтацію на групові форми навчання й навчання, що забезпечує спеціалізацію навчального процесу для різних груп тих, кого навчають, диференціацію постановки завдань навчання, спрямованість на різноманіття форм взаємодій, міжособистісних відносин і спілкування з висуванням на перший план соціальної природи навчання й розвитку особистості, використання критеріїв оцінювання ефективності навчально-виховного процесу

Стратегічною метою процесу формування професійної компетентності майбутніх фахівців є результат навчання, практичної діяльності, а в результаті професійно підготовлений фахівець з фізичної терапії, ерготерапії.

Список використаних джерел:

1. Мурза В. П. Психолого-фізична реабілітація: підручник. – Київ: „Олан”, 2005. – 608 с.
2. Мухін В. М. Фізична реабілітація: підручник. – Київ: Олімпійська література, 2000. – 424 с.
3. Нечипоренко Л. А. Педагогічні умови забезпечення особистісних досягнень підлітків засобами фізичної культури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата пед. наук: [спец.] 13.00.07 „Теорія і методика виховання”. – Київ, 2009. – 20 с.
4. Сичов С. О. Теоретико-методичні засади прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук: [спец.] 13.00.07 „Теорія і методика виховання”. – Київ, 2011. – 40 с.
5. Скавронський О. П. Індивідуалізація фізичної підготовки учнів військового ліцею: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення”. – Львів, 2010. – 20 с.
6. Физическая тренировка в группах здоровья / Р. И. Ракитина, В. В. Бованенко, Г. А. Буткевич, Б. М. Воскресенский. – Київ: Здоровья, 1989. – 96 с.